



*Fabrica de Tocănițe*  
ROMANIAN & INTERNATIONAL STEWS

## **LISTĂ PREPARATE MENIU**

**Ingrediente | Gramaje | Declarație nutrițională | Alergeni**

### Varză călită, (450g).

**Ingrediente pentru porție:** varză dulce 181g, varză acră (varza de Buzau, apa, saramura cu sare, condiment naturale) 181g, ceapă 35g, roșii decojite 28g, ulei de floarea soarelui 14g, bulion ((pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 8g, boia dulce 1g, cimbru 0.3g, foi de dafin 0.03 g, sare 0.7 g, piper 0.1 g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** varză dulce 40.3g, varză acră (varza de Buzau, apa, saramura cu sare, condiment naturale) 40.3g, ceapă 7.7g, roșii decojite 6.2g, ulei de floarea soarelui 3.1g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 1.8g, boia 0.25g, cimbru 0.06g, foi de dafin 0.01g, sare 0.15g, piper 0.03g.

### Valori nutriționale pentru 100g:

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
78 kcal / 326 kJ	4.1g	0.6g	8.2g	3.5g	1.9g	0.58g

**Alergeni:** produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

*\*Produs/din produs decongelat.*

### Gulaș de inimi și pipote, (450g).

**Ingrediente pentru porție:** \*inimi și pipote de pui 202g, \*ceapă 132g, usturoi 10g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 20g, ciuperci champignon 30g, \*mix ardei (amestec de legume in proportii variabile: ardei verde, ardei rosu, ardei galben) 30g, morcov 30g, boia dulce 4g, cimbru 0.4g, foi de dafin 0.02g, sare 0.6g, piper 0.4g.

**Ingrediente raportate la 100g:** \*inimi și pipote 44.9g, \*ceapă 29.2g, usturoi 2.2g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 4.5g, ciuperci champignon 6.7g, \*mix de ardei (amestec de legume in proportii variabile și ardei verde, ardei rosu, ardei galben) 6.7g, morcov 6.7g, boia 0.9g, cimbru 0.09g, foi de dafin 0.01g, sare 0.13g, piper 0.09g.

### Valori nutriționale pentru 100g:

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
132 kcal / 552 kJ	4.8g	1.3g	6.1g	2.2g	15.7g	0.64g

**Alergeni:** produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

*\*Produs/din produs decongelat.*

### Iahnie cu ciolan, (450g).

**Ingrediente pentru porție:** fasole 93g, ciolan afumat (ciolan porc fara os, apa, sare, proteina animala(porc), stabilizatori: tripolifosfat de sodiu, caragenan, condiment si extracte de condiment, arome naturale, ascorbate sodiu, conservant: nitrit sodiu) 223g, \*ceapă 62g, \*morcov 23g,

\***țelină** 23g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 12g, ulei de floarea soarelui 9g, cimbru 1g, foi de dafin 0.03g, sare 1.5g, piper 1g.

**Ingrediente raportate la 100g:** fasole 20.7g, ciolan afumat (ciolan porc fara os, apa, sare, proteina animala(porc), stabilizatori: tripolifosfat de sodiu, caragenan, condiment si extracte de condiment, arome naturale, ascorbate sodiu, conservant: nitrit sodiu) 49.6g, \*ceapă 13.7g, \*morcov 5.1g, \***țelină** 1 g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 2.7g, ulei de floarea soarelui 2.1g, condimente 1g.

**Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
176 kcal / 736 kJ	7.2g	2.6g	14.9g	2.4g	12.6g	1.04g

**Alergeni:** **țelină**. Produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar.

*\*Produs/din produs decongelat.*

**Tocăniță de pui în stil marocan, (450g).**

**Ingrediente pentru porție:** piept pui 102g, baby spanac 9g, \*ceapă 31g, usturoi 4g, roșii decojite 18g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 5g, boia dulce 1g, ulei de floarea soarelui 61g, \*mix de ardei (amestec de legume in proportii variabile: ardei verde, ardei rosu, ardei galben) 33g, năut (boabe de naut fierte, apa, sare) 65g, sare 1g, piper 0.2g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** piept pui 22.7g, baby spanac 2g, \*ceapă 6.8g, usturoi 0.9g, roșii 4g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 1.1g, boia 0.2g, ulei de floarea soarelui 13.6g, \*mix de ardei (amestec de legume in proportii variabile: ardei verde, ardei rosu, ardei galben) 7.3g, năut (boabe de naut fierte, apa, sare) 14.5g, sare 0.2g, piper 0.04g.

**Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
165 kcal / 690 kJ	7.9g	1.4g	11.2g	2.8g	12.4g	0.73g

**Alergeni:** produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

*\*Produs/din produs decongelat.*

**Tocăniță de pui cu ciuperci și smântână, (450g).**

**Ingrediente pentru porție:** piept pui 92g, \*ceapă 14g, \*ciuperci champignon 31g, \*mix ciuperci (ciuperci pastrav de fag 30%, ciuperci bolet galben 30%, ciuperci shiitake 25%, ciuperci pholiota 15%) 31g, **smântână lichidă** (apa, grasime vegetala nehidrogenata de palmier 26%, inulina, zara

praf, proteine din lapte, stabilizator: sirop de sorbitol, celuloza, carboximetilceluloza de sodiu, alginat de sodiu, corrector de aciditate: fosfati de sodiu, emulsifianti: esteri ai acizilor mono- si diacetil tartric cu mono-si digliceridelor acizilor grasi, lecitina din soia, esteri ai acidului lactic cu mono- si digliceridele acizilor grasi, arome (lapte praf degresat, lacotoza), colorant: beta-caroteni) 31g, **sos bechamel** (unt, faina de grau, lapte) 61g, ulei de floarea soarelui 6g, condimente 2g, sare 2g, piper 0.2g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** piept pui 20.4g, \*ceapă 3.1g, \*ciuperci champignon 6.8g, \*mix ciuperci (ciuperci pastrav de fag 30%, ciuperci bolet galben 30%, ciuperci shiitake 25%, ciuperci pholiota 15%) 6.8g, **smântână lichida** (apa, grasime vegetala nehidrogenata de palmier 26%, inulina, zara praf, proteine din lapte, stabilizator: sirop de sorbitol, celuloza, carboximetilceluloza de sodiu, alginat de sodiu, corrector de aciditate: fosfati de sodiu, emulsifianti: esteri ai acizilor mono- si diacetil tartric cu mono-si digliceridelor acizilor grasi, lecitina din soia, esteri ai acidului lactic cu mono- si digliceridele acizilor grasi, arome (lapte praf degresat, lacotoza), colorant: beta-caroteni) 6.8g, **sos bechamel** (unt, faina de grau, lapte) 13.6g, ulei de floarea soarelui 1.4g, condimente 0.4g, sare 0,02g, piper 0,002g.

**Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
189 kcal / 791 kJ	11.6g	5.7g	7.9g	2.1g	12.8g	1.08g

**Alergeni:** gluten, lapte. Produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

*\*Produs/din produs decongelat.*

**Tocăniță oltenească de porc cu castraveți murați, (450g).**

**Ingrediente pentru porție:** fleica porc 45g, spată porc 45g, \*ceapă 29g, usturoi 6g, roșii decojite 14g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 3g, castraveți murați (castraveti cornichon, saramura, benzoat de sodiu, acid citric, clorura de Ca, condimente naturale: marar, coriandru, usturoi) 57g, ulei de floarea soarelui 6g, \*morcov 25g, amidon porumb 0.4g, pătrunjel 0.2g, sare 1g, piper 0.2g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** ceafă porc 10g, spată porc 10g, \*ceapă 6.4g, \*morcov 2.5g, usturoi 1.3g, roșii decojite 3.1g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 0.7g, castraveți murați (castraveti cornichon, saramura, benzoat de sodiu, acid citric, clorura de Ca, condimente naturale: marar, coriandru, usturoi) 12.7g, ulei de floarea soarelui 1.4g, amidon 0.09g.

**Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
174 kcal / 728 kJ	9.2g	3.1g	8.6g	2.4g	12.6g	1.12g

**Alergeni:** produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

\*Produs/din produs decongelat.

**Tocăniță haiducească, (450g).**

**Ingrediente pentru porție:** ceafă porc 61g, pulpe pui 61g, spată porc 61g, cârnați (pulpa de porc, apa, sare, proteina vegetala(soia), protena animala(porc), stabilizatori (difosfat, polifosfat de sodiu si potasiu) acidifiant(acetat de sodiu) dextroza, antioxidant(acid ascorbic), condiment naturale (usturoi, cimbru), GDL, conservant (nitrit de sodiu.) 41g, \*ceapă 41g, usturoi 8g, roșii decojite 20g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 8g, **vin alb** 41g, ulei de floarea soarelui 12g, condimente 1g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** ceafă porc 13.6g, pulpe pui 13.6g, spată porc 13.6g, cârnați (pulpa de porc, apa, sare, proteina vegetala(soia), protena animala(porc), stabilizatori (difosfat, polifosfat de sodiu si potasiu) acidifiant(acetat de sodiu) dextroza, antioxidant(acid ascorbic), condiment naturale (usturoi, cimbru), GDL, conservant (nitrit de sodiu.) 9g, \*ceapă 9g, usturoi 1.8g, roșii 4.5g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 1.8g, **vin alb** 9g, ulei de floarea soarelui 2.7g.

**Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbhidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
211 kcal / 883 kJ	13.4g	4.8g	6.2g	1.9g	16.1g	1.21g

**Alergeni: sulfiți.** Produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

\*Produs/din produs decongelat.

**Ficăței cu legume în sos de vin, (450g).**

**Ingrediente pentru porție:** ficăței pui 86g, \*ceapă 16g, \*fasole verde 7g, usturoi 2g, roșii decojite 10g, bulion (past de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 3g, \*mix de ardei (amestec de legume in proportii variabile: ardei verde, ardei rosu, ardei galben) 14g, **vin alb** 8g, ulei de floarea soarelui 5g, condimente 1g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** ficăței pui 19g, \*ceapă 3.6g, \*fasole verde 1.6g, usturoi 0.4g, roșii decojite 2.2g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 0.7g, \*mix de ardei (amestec de legume in proportii variabile: ardei verde, ardei rosu, ardei galben) 3.1g, **vin alb** 1.8g, ulei de floarea soarelui 1.1g.

**Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbhidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
156 kcal / 653 kJ	7.8g	2.6g	5.9g	1.7g	15.2g	0.94g

**Alergeni: sulfiți.** Produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

*\*Produs/din produs decongelat.*

### **Tocănița bunicii cu mazăre și pui, (450g)**

**Ingrediente pentru porție:** \*mazare verde 150g; pulpe de pui dezosate 170g; \*ceapa 45g; \*morcov 45g; bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 2g; sare 1g; piper 1g; marar 1g; ulei de floarea soarelui 1g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** \*mazare verde 35g; pulpe de pui dezosate 40g; \*ceapa 10g; \*morcov 10g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 0.4g; sare; piper; marar; ulei de floarea soarelui.

#### **Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
78 kcal/327 kJ	3.10 g	0.90g	6g	2.10g	6.60g	0.33g

**Alergeni: țelină.** Produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar.

*\*Produs/din produs decongelat.*

### **Tocăniță oltenească cu vită și măslina, (450g)**

**Ingrediente pentru porție:** carne de vita 150g, praz 8g, masline (masline innegrite prin oxidare fara samburi, apa, sare, corrector de aciditate: acid lactic, stabilizator: lactat feros) 8g; \*ceapa 5g, usturoi 0.2g, lamaie 1.5g, morcov 5g, rosii decojite 2, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 3.5g, **vin rosu** 3g, sare 0.01g, piper 0.1g, ulei de floarea soarelui 1.5g, cimbru 0.1g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** carne de vita 33g, praz 0.03g, masline 0.03 g, \*ceapa 0.02g, usturoi 0.007g, lamaie 0.05g, morcov 0.02g, rosii decojite 0.007g, bulion (pasta de tomate 28%, produs obtinut din rosii fara adaus de sare) 0.12g, **vin rosu** 0.01g, sare, piper, ulei de floarea soarelui, cimbru.

#### **Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
112 kcal / 469 kJ	6g	2.10g	3.20g	1.40g	9.80g	0.2g

**Alergeni: telina, sulfiti** (din vinul de gatit). Produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar.

*\*Produs/din produs decongelat.*

### **Tocăniță cu fasole galbenă și spanac, (450g).**

**Ingrediente pentru porție:** \*ceapă 17g, usturoi 1g, \*fasole verde 2g, spanac 6g, roșii decojite 22g, fasole albă 67g, ulei de floarea soarelui 2g, pătrunjel 0.2g, sare 1g, piper 0.2g.

**Ingrediente raportate la 100g produs:** \*ceapă 3.8g, usturoi 0.2 g, \*fasole verde 0.4g, spanac 1.3g, roșii decojite 4.9g, fasole albă 14.9g, ulei de floarea soarelui 0.4g, condimente 0.2g.

#### **Valori nutriționale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbhidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
128 kcal / 536 kJ	3.2g	0.5g	18.1g	2.6g	6.3g	0.66g

**Alergeni:** produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

*\*Produs/din produs decongelat.*

### **Orez la abur – porție 150g**

**Ingrediente pentru porție:** orez 50g; apa 100ml; sare 0.025g; ulei de masline 0.025ml.

#### **Valori nutritionale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbhidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
206 kcal / 862 kJ	0.72g	0.11g	45.0g	0.09g	4.05g	0.30g

**Alergeni:** Nu conține alergeni conform Regulamentului UE 1169/2011.

### **Cartofi zdrobiti – portie 150g**

**Ingrediente pentru porție:** cartofi fierti; ulei de floarea soarelui; sare; condiment naturale (marar 0.18%, usturoi 0.15%, turmeric), agent de ingrosare: guma xantan, conservant: metabisulfite de sodiu, antioxidant: ascorbate de sodiu, aromatizant.

#### **Valori nutritionale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbhidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
87 kJ / 365 kJ	1.29g	0.13g	13.62g	0.60g	-	0.46g

**Alergeni:** produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.

### **Muraturi asortate – portie 150g**

**Ingrediente:** castraveti; gogonele; ardei gras intreg; conopida; morcovi, prune; apa, sare; E211; E224; E330; CaC12 indulcitor sintetic alimentar; coriandru; piper; usturoi.

**Valori nutritionale pentru 100g:**

Energie	Grăsimi	Saturate	Carbohidrați	Zaharuri	Proteine	Sare
19 kJ	0.2g	0g	2.5g	0g	0.4g	2g

**Alergeni:** produsul poate contine urme de: soia, boabe mustar, telina.